



Victor Levi

Coach 13263213

Teste Vitor Levi

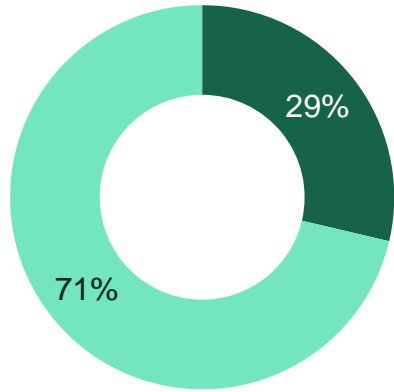
Masculino 38 anos 1.75 m

Avaliação em: 14/12/2024



Acesse seu
resultado na web

Análise global da composição corporal



Peso: 84 kg

● Massa gorda: 24.1 kg

Representa toda a massa de gordura presente no corpo.

● Massa magra: 59.9 kg

Representa o conjunto de músculos, ossos, órgãos e água.

● Água corporal: 43,8L (52,1%)

Predito a partir da constante hídrica de mamíferos de 72,3% de água em relação à massa magra.

● Gasto energético de repouso: 1818,7 kcal

Predito a partir da equação de Cunningham (1980) que utiliza massa magra como variável.

Índice de massa corporal (IMC): Sobrepeso (27,4 kg/m²)

Baixo peso: <18 kg/m²

Sobrepeso: 25 a 29,9 kg/m²

Eutrofia: 18 a 24,9 kg/m²

Obesidade: >30 kg/m²

Percentual de gordura: 28,6%

O percentual de gordura nessa avaliação tem como objetivo classificar risco para doenças cardiometabólicas, portanto não possui fins estéticos.



Resultado: Alto risco

↑ Avaliação atual
14/12/2024

Índice de massa magra: 19,6 kg/m²



Resultado: Adequado

↑ Avaliação atual
14/12/2024

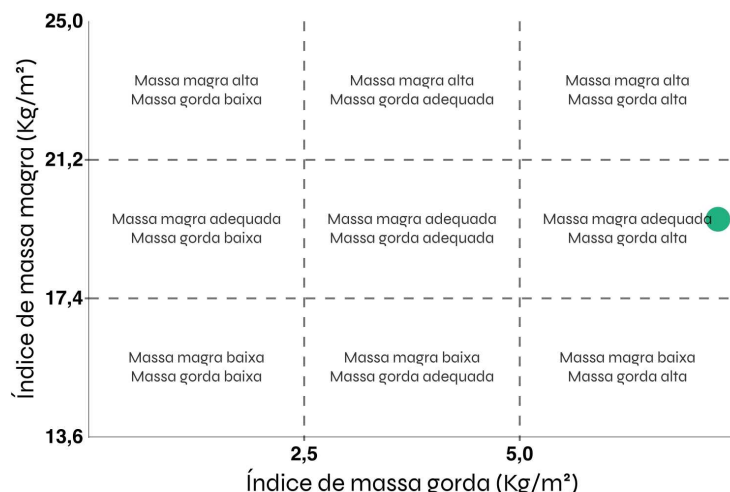
Índice de massa gorda: 7,86 kg/m²



Resultado: Alto

↑ Avaliação atual
14/12/2024

Relação Massa magra X Massa gorda



Índice de massa magra (IMM):

O índice avalia a quantidade de massa magra em relação à altura. Valores adequados estão associados a menores riscos de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, além de contribuir para melhor desempenho físico.

Índice de massa gorda (IMG):

Avalia a quantidade de massa gorda em relação à altura. Quanto maior for o valor, mais elevado é o risco de desenvolvimento de obesidade, doenças cardiovasculares e diabetes.

Relação Massa magra X Massa gorda:

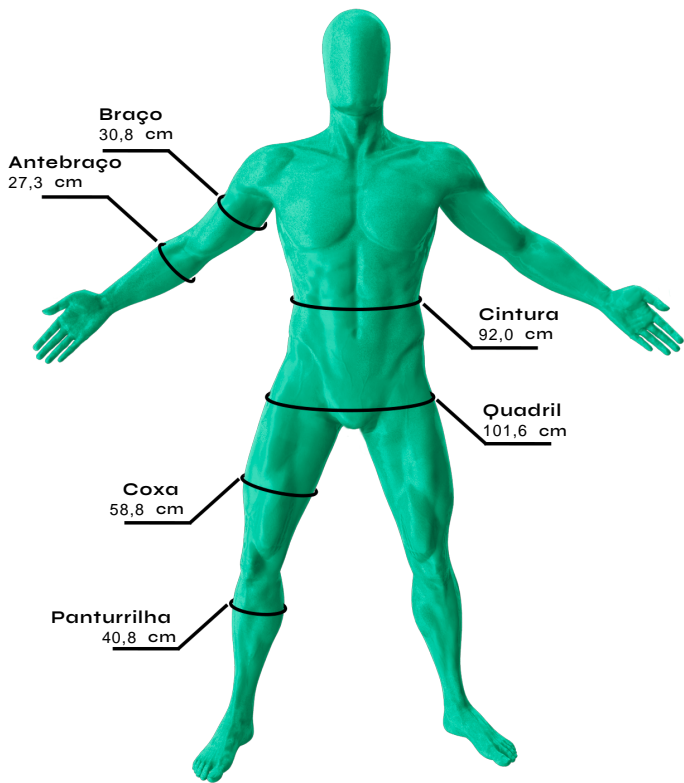
O gráfico indica a relação entre a classificação dos índices de massa gorda e massa magra, permitindo a interpretação do estado nutricional do indivíduo de forma mais eficaz que o IMC isoladamente, auxiliando no rastreamento de riscos à saúde.

● Avaliação atual
14/12/2024

Os dados gerados por esta avaliação não têm poder diagnóstico. Eles devem ser interpretados em conjunto com a história clínica do paciente. Poses, vestimentas e a qualidade da imagem podem influenciar os resultados. A avaliação final e a interpretação são de responsabilidade do profissional de saúde.



Acesse seu
resultado na web

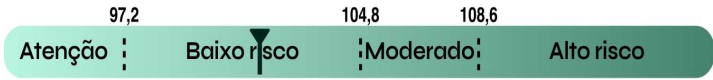


Cintura: 92,0 cm

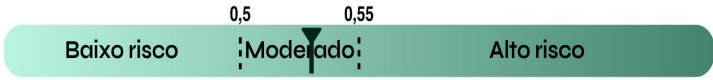
Avaliação atual
14/12/2024



Quadril: 101,6 cm



Razão cintura-estatura: 0,53

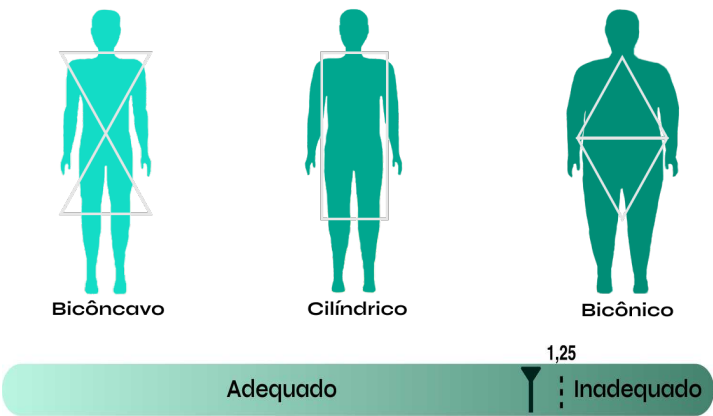


Razão cintura/quadril: 0,91



Perímetros e suas razões são importantes indicadores de saúde, ajudando a monitorar e prevenir complicações associadas ao excesso de peso.

Índice de conicidade: 1,22



Indica a distribuição de gordura corporal, especialmente abdominal, para avaliar o risco de doenças cardiovasculares. Indivíduo bicôncavo possui menor risco, enquanto o bicônico apresenta risco elevado de complicações.

Percentual
de gordura

Alto risco

Índice de
massa magra

Adequado

Razão cintura/
quadril

Inadequado

Índice de
massa gorda

Alto

Razão cintura/
estatura

Moderado

Índice de
conicidade

Adequado

Shaped Score 49/100

O score é gerado com base nos indicadores de composição corporal. Quanto maior o score, melhor a condição física. Utilize-o como complemento à avaliação clínica.



Victor Levi
Coach 13263213
Teste Vitor Levi
Masculino 38 anos 1.75 m
Avaliação em: 14/12/2024



Acesse seu
resultado na web

Histórico de avaliações

